

УТВЕРЖДЕНО
 Заведующий МАДОУ – детский сад №428
 Мордвинова Е.И. *Морд*
 « 15 » сентября 2022 г.

Примерное десятидневное меню МАДОУ – детский сад №428 «Золотая рыбка»

ДЕНЬ 1 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 2 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 3 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 4 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 5 ЗАВТРАК
Каша гречневая молочная со сливочным маслом	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	Каша ассорти (рис, кукуруза) молочная с маслом сливочным
Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком
Хлеб пшеничный	Батон	Хлеб пшеничный	Батон	Хлеб пшеничный
Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное
10.30 биоюгurt / сок	10.30 фрукт	10.30 сок фруктовый	10.30 сок фруктовый	10.30 фрукт
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Салат из свёклы с чесноком	Салат из помидоров / кукуруза	Огурец свежий порционный /икра кабач	Зеленый горошек	
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	Суп гороховый	Борщ с фасолью со сметаной	Суп-лапша с мясом куры	Рассольник
Макаронные изделия отварные	Котлета из мяса кури	Биточки рыбные	Суфле из печени	Голубцы из мяса говядины в молочном соусе
Котлета из мяса (свинина)	Пюре картофельное	Рис припущенный с овощами	Рагу овощное / запеканка картофельная с печенью	
Компот из кураги	Компот из чернослива	Компот из изюма	Компот из яблок	Напиток из ягод
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Пирожок с капустой	Омлет натуральный	Запеканка творожная	Булочка с корицей / с маком	Запеканка картофельная с овощами / картофель отварной с селедкой
Чай с лимоном	Печенье	Напиток из шиповника	Чай с лимоном	Чай
	Чай с молоком	Хлеб пшеничный	Биоюгurt	Хлеб пшеничный
	Хлеб пшеничный			

ДЕНЬ 6 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 7 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 8 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 9 ЗАВТРАК	ДЕНЬ 10 ЗАВТРАК
Суп-лапша молочный	Каша манная молочная со сливочным маслом	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	Каша «Дружба» из риса и геркулеса молочная с маслом сливочным
Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком
Хлеб пшеничный	Батон	Хлеб пшеничный	Батон	Хлеб пшеничный
Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное	Сыр	Масло сливочное
10.30 сок	10.30 Фрукт	10.30 сок фруктовый	10.30 фрукт	10.30 – сок фруктовый
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД
Икра кабачковая	Помидор свежий порционный / Горошек зеленый	Салат из огурцов с раст. Маслом / Кукуруза консервированная	Салат из огурцов и помидоров / Горошек зеленый	
Свекольник со сметаной	Суп с клецками с мясом куры	Щи со свежей капустой со сметаной	Суп-пюре из разных овощей / картофельный	Суп крестьянский с мясом со сметаной
Плов с отварным мясом свинины	Птица отварная	Суфле рыбное / кнели рыбные	Гуляш из мяса свинины	Жаркое по-домашнему
	Капуста тушеная	Пюре розовое	Греча с овощами	
Компот из кураги и изюма	Напиток из ягод	Компот из яблок и чернослива	Напиток из шиповника	Компот из чернослива
Хлеб ржаной 35 гр	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК
Морковь тушеная	Омлет натуральный	Запеканка творожная	Ватрушка с повидлом	Капуста в омлете
Ватрушка с творогом /со сметаной	Чай	Кисель из ягод	Чай с лимоном	Чай
Чай	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Биоогурт	Хлеб пшеничный
	Пряник			

Утверждено:
 завхозом МАДОУ № 428
 Е. И. Морозова
 01.09.2022